# 3月プログラム参加申込書

| 氏名 | 会員番号 |
| --- | --- |
| | |

2月21日(土)　会場予約開始
2月25日(水)～　ネット予約開始
※ネット予約開始までに提出をおすすめします。

※参加希望に○を記入してください。

| 月曜日 | 参加 | 火曜日 | 参加 | 水曜日 | 参加 | （休館日） | 金曜日 | 参加 | 土曜日 | 参加 | 日曜日 | 参加 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| | | | | | | | | | | | 1 | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | 3 | | 4 | | 5 | 6 | | 7 | | 8 | |
| 10:50 ZUMBA<br>榎先生 | | 14:00 ピラティス<br>芳井先生 | | 11:00 ピラティス<br>起田先生 | | | 11:00 体幹ストレッチ<br>中島先生 | | | | | |
| 13:00 フローヨガ<br>黒木先生 | | 19:00 サーキット<br>大野先生 | | 19:00 ZUMBA<br>ミッチェル先生 | | | 14:00 ZUMBA<br>榎先生 | | 19:00 ZUMBA<br>小網先生 | | | |
| 9 | | 10 | | 11 | | 12 | 13 | | 14 | | 15 | |
| 10:50 ZUMBA<br>榎先生 | | 14:00 ピラティス<br>芳井先生 | | 11:00 ピラティス<br>起田先生 | | | 11:00 体幹ストレッチ<br>中島先生 | | | | | |
| 13:00 骨盤調整ヨガ<br>黒木先生 | | 19:00 サーキット<br>大野先生 | | 19:00 ZUMBA<br>ミッチェル先生 | | | 14:00 ZUMBA<br>榎先生 | | 19:00 ZUMBA<br>小網先生 | | | |
| 16 | | 17 | | 18 | | 19 | 20 | | 21 | | 22 | |
| 10:50 ZUMBA<br>榎先生 | | 14:00 ピラティス<br>芳井先生 | | 11:00 ピラティス<br>起田先生 | | | 11:00 体幹ストレッチ<br>中島先生 | | | | | |
| 13:00 フローヨガ<br>黒木先生 | | 19:00 サーキット<br>大野先生 | | 19:00 ZUMBA<br>ミッチェル先生 | | | 14:00 ZUMBA<br>榎先生 | | 19:00 ZUMBA<br>小網先生 | | | |
| 23 | | 24 | | 25 | | 26 | 27 | | 28 | | 29 | |
| 10:50 ZUMBA<br>榎先生 | | 14:00 ピラティス<br>芳井先生 | | 11:00 ピラティス<br>起田先生 | | | 11:00 体幹ストレッチ<br>中島先生 | | | | | |
| 13:00 骨盤調整ヨガ<br>黒木先生 | | 19:00 サーキット<br>大野先生 | | 19:00 ZUMBA<br>ミッチェル先生 | | | 14:00 ZUMBA<br>榎先生 | | 19:00 ZUMBA<br>小網先生 | | | |
| 30 | | 31 | | | | | | | | | | |
| 10:50 ZUMBA<br>榎先生 | | 14:00 ピラティス<br>芳井先生 | | | | | | | | | | |
| 13:00 フローヨガ<br>黒木先生 | | 19:00 サーキット<br>大野先生 | | | | | | | | | | |